



PIPOCA DE CHOCOLATE NUTRI LOYANI

Pipoca para passar a vontade de comer doce.

 10 minutos 15 minutos 1 porção

INGREDIENTES

- 50 gramas de pipoca, rebentada sob pressão
- 13 gramas de cacau
- 2 colheres de sopa rasas de açúcar mascavo (22 g)

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Estoure a pipoca, e em uma panela adicione 50ml de água, o 1 colher de sopa de cacau e o 2 colheres de sopa açúcar mascavo. Misture em fogo maixo até formar uma calda grossa. Misture a calda na pipoca. Pronto é só comer.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (55 g)	% DDR
ENERGIA	334 kcal	184 kcal	9 %
CARBOIDRATOS	73 g	40 g	13 %
PROTEÍNA	8 g	4 g	6 %
GORDURA	3 g	1 g	3 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	0 g	1 %
FIBRA ALIMENTAR	9 g	5 g	20 %
SÓDIO	11 mg	6 mg	0 %